



ГАУЗ «Оренбургский областной клинический
наркологический диспансер»

Памятка для родителей

К как понять что
подросток
употребляет
наркотики?

- Неряшливый внешний вид;
- Зрачки неестественно расширены/сужены, покраснение глаз;
- Поведение, напоминающее алкогольное опьянение, но при отсутствии запаха алкоголя;
- Частая необоснованная смена настроений;
- Нарушения сна, аппетита;
- Нарушение памяти, способности логически мыслить, снижение успеваемости;
- Потеря интереса к старым увлечениям, смена круга общения, скрытность;
- Вы можете найти у ребенка непонятные предметы: неизвестные таблетки или порошки, маленькие пакетики и т.д.

Ч то делать, если
вы заметили
тревожные
признаки?

- Поговорите с ребенком мягко и спокойно, выберите правильный тон;
- Не ругайте и не обвиняйте ребенка, иначе подросток замкнется в себе и не пойдет на контакт;
- Разъясните насколько серьезны последствия употребления наркотиков. Говорите об этом спокойно, не пытайтесь напугать ребенка — это не подействует;
- Обратитесь за помощью к специалисту (психолог, врач).

Ваша главная мысль должна быть такой «Я не одобряю то, что ты сделал, но я люблю тебя и хочу помочь. Давай вместе подумаем, как решить эту проблему».

Сделайте это сейчас, что бы предотвратить проблему в будущем.

Вы все еще думаете, что зависимыми становятся только дети из бедных и неблагополучных семей? Но это не так! Причина не в благосостоянии семьи, а в отношениях между родителями и детьми. Уважаемые родители, **обратите внимание** на своего ребенка. Не только выслушайте, но и поймите его. Очень часто нам лишь кажется, что мы слушаем своих детей, но на самом деле — это далеко не так. Ведь слушать, это не просто слышать голос своего ребенка. Это понимать его чувства и эмоции, его состояние, смысл того, что он хочет Вам рассказать.

**У НАРКОТИКОВ
ВСЕГДА ЕСТЬ ВРЕМЯ.
ДЛЯ ВАШИХ ДЕТЕЙ.
А У ВАС?**

НАРКОТИКИ УБИВАЮТ

Важно, чтобы подросток учился:

- Жить самостоятельно;
- Принимать решения самостоятельно;
- Действовать самостоятельно.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! **СЛУШАЙТЕ СВОЕГО РЕБЁНКА** ВО ВСЕ УШИ, ВО ВСЕ ГЛАЗА, ВО ВСЕ МОЗГИ, ВО ВСЮ ДУШУ, **ВО ВСЁ СЕРДЦЕ!**

Запомните: поцелуи, объятия и прочие нежности **ОЧЕНЬ** важны для ребенка, и подростка в особенности.

По всем вопросам Вы можете обратиться по адресу:
г. Оренбург, ул. Конституции 13/1
Телефон: 8 (3532) 36-85-10
ЕДИНЫЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН «ДОВЕРИЯ»:
88002000122 — общероссийский
8 (3532) 64-63-07 — Оренбургской области
8 (3532) 57-26-26 — ГАУЗ
«Оренбургский областной клинический наркологический диспансер»